



IZBIRNI ŠPORT - ODBOJKA

Komu je namenjen? 8. razredom. Vabljeni dečki in deklice!

Število ur: 32 letno

Nosilec predmeta: Marjan KNAUS, Miha KOVAČIČ, Jernej LEVIČAR

CILJI	VSEBINE	
	PRAKTIČNE	TEORETIČNE
Razvijati gibalne in funkcionalne sposobnosti. Razumeti odzivanje organizma na napor. Spodbujati medsebojno sodelovanje in zdravo tekmovalnost.	<ul style="list-style-type: none">• Spopolnjevanje osnovnih tehničnih elementov: zgornji in spodnji odboj, spodnji servis, napadalni udarec, blok...• Igralne različice 2:2, 3:3, 4:4.• Igra 6:6 na odbojškarskem igrišču.	<ul style="list-style-type: none">• Osnovna pravila odbojke.• Osnovna pravila sojenja.